
日本のふるさと「信州通信」(長野県東京事務所発)

11月号 2013年11月29日(金)

クリスマスが近づき、町にはいたるところにイルミネーションが輝き、華やかな雰囲気になってきました。また、朝の気温が一桁に下がる日が多く、本格的な冬を感じるこの頃です。

これからますます寒さは厳しくなりますが、今月は「信州の冬 雪を楽しむ」をお届けします。

=== 目次 ===

- 【1】<特集> 信州の冬 雪を楽しむ
- 【2】首都圏で行われるイベント情報
- 【3】東京で信州を味わえるお店
- 【4】信州だより
 - (1) おすすめ観光情報
 - (2) おいしい旬の食材情報
 - (3) スポーツ情報
- 【5】県からのお知らせ

- 【1】<特集> 信州の冬 雪を楽しむ

新しいスタイルの雪上の楽しみ方

信州では、北部の山々を中心に積雪があり、一部のスキー場では早くもスキー場開きが行われました。

信州のゲレンデは、欧米のゲレンデにも引けを取らない良質なパウダースノーが自慢で、国内外から多くのお客様にお越しいただいています。

「雪を楽しむ」と言えば、スキーやスノーボードが思い浮びますが、最近では、スノーシュー、歩くスキー、スノースクートなどのこれまでとは違った新しいスタイルを楽しんでいる方も増えているようです。

それぞれの特徴などをご紹介します。

今シーズンは、新しいスタイルで冬を楽しんでみませんか。

スノーシューで冬の雪歩き

スノーシューは、西洋かんじきともよばれ、スキー靴やスノーブーツを履いたまま装着し、雪上を歩くことができる歩行具です。

圧雪していない雪上でも簡単に歩くことができるため、ゲレンデ以外の雪上を動物の足跡を追いかけたり、冬の木々を観察したり、夏とは違った銀世界の楽しさが広がります。

スノーシューツアーもハイキングのような初心者向けのものから、ナイトツアー

のような健脚者向けのものまで、信州の各地で楽しまれています。

歩くスキーでゆっくり楽しむ

ゲレンデをさっそうと滑走するスキーもいいですが、たまにはゆっくりとスキーで雪原を歩いてみてはいかがでしょうか。

北欧では冬のピクニックとして、クロスカントリスキーを履いて森に出かけていきます。

信州には、冬の間山々の眺望が美しいコースが用意されており、雄大なパノラマに魅せられて、歩くスキーの楽しみを知ったという方も多くいます。

ストックを使い、腕や肩なども動かすため全身運動になります。プロゴルファーの石川遼選手も、かつて冬期間のトレーニングに取り入れ、話題となりました。

新しい雪上遊び「スノースクート」「スノーモト」「エアボード」

風を切ってゲレンデを滑り降りる遊び方が、年々多様化してきました。

スキー、スノーボード以外に増えてきたのが、「スノースクート」や「スノーモト」、「エアボード」といった雪上遊びです。

滑走可能なスキー場も増えレンタルもあるので、気軽にチャレンジしてみてもいいかがでしょうか。

「スノースクート」・「スノーモト」

細かな違いはありますが、両方ともマウンテンバイク（自転車）のタイヤをボードに変えたような形をしており、スノースクートはフランス、スノーモトはアメリカが発祥です。

スノースクートは幅広のボードで、リアボードをスライドさせながら滑るのに対し、スノーモトは中央付近がくびれ、スピードの乗ったカービングターンがしやすいようになっています。

小谷村にある梅池高原スキー場は、広めのコースで開放感いっぱい滑走できることから「スノーモトの聖地」と言われるほど、ライダー達に人気のゲレンデとなっています。

「エアボード」

エアボードは、スイス発祥の雪上ボディボードで、腹ばいになって乗り、雪面を滑り降ります。雪面すれすれの視線で独特のスリルとスピード感が味わえます。

エアボードは、空気で膨らませているため体に大きな負担がかからず、ジャンプや転倒してもクッションとして体を守ってくれるため、未経験者でもすぐに、新しい雪遊びを満喫できます。

このほかにも信州の冬の楽しみがたくさんあります。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

信州四季旅キャンペーン
<http://www.shinshu-dc.net/>

【2】首都圏で行われるイベント情報

信州イベント情報

首都圏で信州の観光案内や物産展が行われます。

信州産農産物を使った加工品などを販売しますので、お近くの会場へお出かけください。

名 称	開 催 日	会 場
地域再発見プロジェクト 「長野のもの」	12月2日(月)まで(現在実施中)	JR 上野駅

【JR 上野駅構内の地産品ショップ「のもの」では、一定期間ごとに各地域のフェアが行われており、現在長野県のフェアが行われています。】

木曽の観光と物産展	12月7日(土)・8日(日)	東京農業大学 「食と農」の博物館 (世田谷区用賀)
-----------	----------------	---------------------------------

【木曽の冬の食べ物「すんき漬け」を始め、木工品や和菓子などを販売します。
「すんき漬け」は、木曽で採れる赤かぶの菜を乳酸菌で発酵させた漬物です。
食べ方は、醤油をかけて(お好みでかつお節)食べるほか、味噌汁に入れる「すんき汁」や温かいそばに乗せて食べる「すんきそば」が一般的です。
「すんきそば」の試食コーナーもありますので、木曽の味をご賞味ください。】

「すんき漬け」販売	12月9日(月)～11日(水)	長野県東京観光情報センター (有楽町・東京交通会館2階)
-----------	-----------------	---------------------------------

【長野県東京観光情報センターで「すんき漬け」を販売します。アクセスのよい東京交通会館の2階です。是非お立ち寄りください。】

【3】東京で信州を味わえるお店

都内で、東京事務所職員が見つけた「信州の食材」を取り扱うお店をご紹介します。

忘年会・新年会のメニューが用意されていますので、是非ご利用ください。

まろうど

(新宿区津久戸町3 - 20 イサミビル2階 電話 03-3269-1106)

信州の飯山富倉地域に伝わる「オヤマボクチ()」をつなぎに使った「富倉そば」が全てのコースで食べられます。もちろんご主人の手打ちです。

忘・新年会には、「温かい鍋料理」もあります。内容は、予算に応じて用意していただけますので、予約の際、ご主人とご相談ください。

会席コース 3,000~5,000円 + 飲み放題 2,000円(2時間)

<特典>

予約の際に、「東京事務所メールマガジンを見たよ!」とお伝えいただくと、料理をボリュームアップしていただけます。

オヤマボクチ・・・アザミ類で、山菜として「ヤマゴボウ」とも言われています。
葉の繊維をそばのつなぎに用います。

海山和酒 なるたか

(文京区本郷1 - 15 - 2三澤ビル1階 電話 03-5844-6775)

長野県産の野菜や鶏・豚肉を使った料理に加え、毎日築地から仕入れる新鮮なお魚も味わえるお店です。長野県生坂村出身の店長が迎えてくれます。

コースには、お刺身、鍋、食事が付きます。

<おすすめコース>	料理9品	4,000円
<信州特選コース>	料理9品	3,500円
<リーズナブルコース>	料理8品	3,000円

それぞれに、飲み放題 1,500円(2時間)を加えることも可能です。

<特典>

予約の際に、「東京事務所メールマガジンを見たよ!」とお伝えいただくと、飲み放題を500円OFFの1,000円にさせていただきます。

さらに、好きな信州地酒をグラス1杯サービス!

銀座だいしん

(中央区銀座 8 丁目 10 - 8 銀座 8 丁目 10 番ビル地下 1 階
電話 03-3572-5567)

信州そば、馬刺しなど信州の郷土料理と信州の銘酒を中心としたお店です。今回は、信州の郷土料理と信州産の地酒などが飲み放題となるコースをご紹介します。

< コミコミ 7,500 円プラン > 7,500 円 (飲み放題込み)

少し高いと印象を持たれたかもしれませんが、馬刺しや馬肉のしゃぶすき鍋、飯山みゆき豚の角煮、山賊焼など豪華な信州の郷土料理のコースとなっています。

また、お店にある信州地酒、焼酎、梅酒が飲み放題となっており、食事、お酒ともに豪華なコースとなっています。

宴会が多くなる時期ですが、東京では珍しい馬刺しや山賊焼きなど信州の郷土料理で、記憶に残る宴会はいかがでしょうか。

ご予約は、玉岡さんまで。

< 特典 >

予約の際に、「東京事務所メールマガジンを見たよ!」とお伝えいただくと、1グループに素敵な日本酒を1合サービス。

事前に出身地(長野県内限定)などをお知らせしていただくと、近いエリアのお酒を探していただけます。

【 4 】 信州だより

(1) おすすめ観光情報

信州の冬 おすすめ情報

【 信州初すべり&クリスマスプレゼント
「滑ろう! 当てよう! 泊まろう! キャンペーン」 】

平成 25 年 12 月 21 日 (土) ・ 22 日 (日) に長野県内のスキー場でリフト 1 日券を購入した方に抽選で素敵なプレゼント!

< 応募方法 >

長野県内のスキー場で、期間中に 1 日券など対象のリフト券を購入すると、応募券をお渡しします。

各スキー場の営業時間内に、必要事項を記載した応募券を、スキー場備え付けの応募箱へ投函してください。

< 抽選日 >

平成 25 年 12 月 24 日 (火)

< 賞品 >

- ・長野県全スキー場共通リフトシーズン券
- ・宿泊券 + 長野県全スキー場共通リフト (1 日券) 引換券
- ・長野県全スキー場共通リフト (1 日券) 引換券
- ・その他 (スキー、スノーボードなど)

詳しくは、ホームページをご覧ください。

長野県スキー場情報総合ポータルサイト
「NAGANO SNOW LOVE . NET」
<http://www.snowlove.net/>

【光のファンタジー 「イルミネーション」】

クリスマスシーズンを迎え、信州でも、各地で光のファンタジーが繰り広げられています。信州の夜空に輝く幻想的なイルミネーションを楽しんでみてはいかがでしょうか。

長いところでは、2 月末まで楽しむことができますよ。

【2013-2014 イルミネーション情報】

「さわやか信州旅 . net」ホームページ
<http://www.nagano-tabi.net/sc/illumination/illumination.html>

(2) おいしい旬の食材情報

市田柿 (干し柿)

「市田柿」は、長野県下伊那郡高森町が発祥で、渋柿の品種名であるとともに、干し柿にしたものも「市田柿」と呼んでいます。

干し柿は、収穫された柿を風通しの良いところで乾燥させて作りますが、市田柿は、この地域を流れる天竜川から立ち上る川霧によって適度に加湿され、ゆっくりと乾燥されることで、もっちりとした特有の食感が生み出されています。

白い粉をまとった緻密で上品な甘味の市田柿は、贈答にも好評です。

< 出荷時期 : 11 月下旬 ~ 2 月中旬 >

【おいしい市田柿の見分け方】

色が濃く、白い粉が多く出ているもので、触ってやわらかいものがおすすめです。

【干し柿の効能】

柿は昔から「柿が赤くなると医者が青くなる」と言われるほどビタミンCが豊富な果物です。

干し柿にすると、ビタミンCが減少するものの、ビタミンAや食物繊維、カロチンが増え、皮膚の健康や腸内環境を整える効果があると言われています。

(3) スポーツ情報

今月の信州のスポーツ情報をお届けします。
皆で信州ゆかりのチームを応援しましょう！

信州のプロスポーツの試合結果

松本山雅 (サッカー・J2)

2013シーズンの全日程が終了 19勝9分14敗 7位(全22チーム)
(あと一步のところ、J1昇格をかけるプレーオフ進出ならず!! (プレーオフ進出は上位6チームまで) 来期も楽しませてほしいですね。)

A C長野パルセイロ (サッカー・JFL)

2013シーズンの全日程が終了 21勝9分4敗 優勝!(全18チーム)
(JFL初優勝となりました。来期は、Jリーグに新しくできる「J3」で戦うこととなります。J3初代チャンピオンに向け、こちら来期の活躍に期待しましょう。)

信州ブレイブウォリアーズ (バスケットボール・bjリーグ)

12試合終了 8勝4敗 現在4位(イースタンカンファレンス 全11チーム)
(今月は、東京サンレーブス、青森ワッツなどと対戦し、5勝1敗と大活躍! 来月の活躍も楽しみです。)

試合結果等は各チームのホームページをご覧ください。

- ・松本山雅 <http://www.yamaga-fc.com/>
 - ・A C長野パルセイロ <http://parceiro.co.jp/>
 - ・信州ブレイブウォリアーズ <http://www.b-warriors.net/>
-

【5】県からのお知らせ

オール信州活動拠点「しあわせ信州シェアスペース（仮称）」を開設します。

県では、首都圏における信州の総合的な活動拠点「しあわせ信州シェアスペース（仮称）」を銀座5丁目（すずらん通り）に開設します。

この施設は、従来型の一方向的な情報発信や物産販売を目的としたアンテナショップとは異なり、信州の優れた「コト」・「ヒト」・「モノ」をトータルに発信し、信州の美しく健康なライフスタイルを首都圏の皆さんとシェア（共有）することを目指します。

具体的には、料理教室やセミナーなどを通じ、健康長寿日本一を育んだ信州の食文化を体感していただいたり、信州と首都圏をつなぐビジネスの拠点として活用していただくことなどを想定しています。

開設は、2014年夏を予定しています。
信州を体験できる新しい施設です。ご期待ください。

----- 「信州スノーキッズ倶楽部」会員募集のお知らせ -----

家族みんなでウインタースポーツを信州で楽しんでいただけるよう、小学生を対象に会員を募集中！

会員になると、無料リフト1日券（小人用）をプレゼント、また、スキーやスノーボードのレッスンや用具のレンタル料金が割引になるお得な特典付きです。

- ・募集期間：平成26年3月31日まで（現在募集中！）
- ・年会費：1,000円

提携のスキー場やレンタルショップなど詳細は、ホームページでチェック！

【 信州スノーキッズ倶楽部 ホームページ 】

<http://www.snow-kids.net/>

編集後記

先月号でお知らせしましたが、11月17日（日）に表参道で「NAGANO WINE FES in TOKYO」が県下の20ワイナリー参加の下、盛大に開催されました。

当日は、天候にも恵まれ、約850名もの多くの方にお越しいただき、活気あふれるイベントとなりました。

試飲会は、ワイナリーの方と直接会話をすることができる絶好の機会であり、参加された方は、ワインの感想のほか、ブドウの品種など熱心に質問されていました。また、会場では「長野って、おいしいワインがたくさんあるんですね。」という感想を多くの方からいただきました。

当日、私も試飲させていただきました。会場に用意されたワイナリーお勧めワインは、どれもとてもおいしかったです。

長野県には、「長野県原産地管理呼称管理制度」という制度があり、県内で生産された原料を用いて県内で製造され、かつ厳しい審査を経ておいしいと評価された製品を認定しています。

有楽町の東京交通会館2階にある「長野県東京観光情報センター」では、この制度の認定を受けたワインを販売しております。長野県が認めた確かなワインを是非お試しください。

しあわせ信州創造プラン ~ 長野県総合5か年計画 ~ 推進中です！
<http://www.pref.nagano.lg.jp/kikaku/kensei/shisaku/5kanen/shiawase.html>

信州ブランド戦略「キャッチフレーズ・ロゴマーク」を御活用ください。
<http://www.pref.nagano.lg.jp/brand/sangyo/brand/shinshu/logo-02.html>

県民運動スローガン

掘り起こそう、足元の価値。
伝えよう、信州から世界へ。

信州には、自然、歴史、文化、人の絆など、たくさんの「価値」=宝物があります。

しかもそれは私たちの手の届かないところにあるのではなく、身近な所にあるのです。「掘り起こした足元の価値」は、県民の中だけで共有するのではなく、国内外の多くの人々に伝えられ、それらの人々にとってもかけがえのないものとして認められるよう、皆で外へ外へと発信していきましょう。
